

※2026年08月25日02:05 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

※2026年08月25日02:05 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

	1日(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)		
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-		
						臨時休業																				
	10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 後藤	10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 後藤	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 青川	●10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 中山	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 中山		10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 丸尾	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 青川	10:30-11:00 ◎ヒラRefCore 丸尾	10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 中山	10:30-11:20 ◎ヒラWaist+ 中上	10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 青川	10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 後藤	10:30-11:20 ◎ヒラB+ 中上	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 後藤	10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 中上	10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 青川	10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 平間	10:30-11:20 ◎ヒラB+ 中上		10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 齊藤	10:30-11:20 ◎ヒラWaist+ 平間	●10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 中山			
	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 後藤	11:50-12:20 ◎ヒラRefBody 中上	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 中山	11:50-12:40 ◎ヒラB+ 中上	11:50-12:20 ◎ヒラCore 齊藤		11:50-12:40 ◎ヒラB+ 中上	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 中山	11:30-12:20 ◎ヒラUpper+ 後藤	11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 中山	11:50-12:20 ◎ヒラRefBody 中上	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 中山	11:50-12:20 ◎ヒラRefBody 後藤	11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 中上	11:50-12:20 SP 青川	11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 中上	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 青川	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 平間	11:50-12:20 SP 中上		11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 中山	11:50-12:20 Rin-Ballet 平間	11:50-12:20 ◎ヒラBackStyle 齊藤			
	13:10-13:40 ◎ヒラRefBody 丸尾	12:50-13:40 ◎ヒラB+ 中上	13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 中上	13:10-13:40 ◎ヒラRefCore 中上	12:50-13:40 ◎ヒラLower+ 青川		13:10-13:40 ◎ヒラRefCore 齊藤	13:10-14:00 ◎ヒラB+ 中上	12:50-13:40 ◎ヒラH&L+ 中山	13:10-13:40 ◎ヒラRefBody 中上	12:50-13:40 ◎ヒラB&A+ 青川	13:10-13:40 ◎ヒラTotalBody 齊藤	12:50-13:40 ◎ヒラUpper+ 青川	13:10-13:40 SP 中山				13:10-14:00 ◎ヒラH&L+ 中山	13:10-13:40 SP 平間	12:50-13:35 Strong Back&Arms 青川		13:10-13:40 ◎ヒラPerBackBody 平間	12:50-13:40 ◎ヒラB&A+ 青川	12:50-13:35 Ex4St.7RefCore 齊藤		
	14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 丸尾	●14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 青川	14:30-15:00 ◎ヒラRefCore 丸尾	14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 中山	14:10-14:40 ◎ヒラRefBody 中上			14:30-15:00 ◎ヒラRefBody 青川	14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 丸尾	14:10-15:00 ◎ヒラB+ 中上	14:10-15:00 ◎ヒラLower+ 後藤	14:10-14:55 Ex4St.7RefCore 齊藤	14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 中山		14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 中山			14:10-15:00 ◎ヒラLower+ 中上	14:05-14:55 ◎ヒラUpper+ 後藤		14:10-14:40 SP 平間	●14:10-15:00 ◎ヒラB+ 平間	14:05-14:55 ◎ヒラB&A+ 中上			
					15:10-15:55 Ex4St.7RefCore 齊藤							15:25-15:55 ◎ヒラBackStyle 齊藤		15:00-15:50 ◎ヒラLower+ 中山			15:30-16:20 ◎ヒラB&A+ 青川		16:05-16:50 Boost Upper&Lower 青川		15:10-15:55 Ex4St.7RefCore 齊藤	15:25-15:55 SP 中山	15:25-16:10 Boost Upper&Lower 中山			
	16:20-16:50 ◎ヒラRefBody 後藤	16:10-17:00 ◎ヒラLower+ 中山			●16:25-17:15 ◎ヒラLower+ 青川			16:00-16:50 ◎ヒラUpper+ 中山				16:20-17:05 Ex4St.7RefCore 齊藤	16:25-17:10 Power Basic 丸尾	16:20-17:10 ◎ヒラB&A+ 丸尾		16:00-16:30 SP 中上		16:40-17:10 Rin-Ballet 平間		16:25-16:55 ◎ヒラRefBody 中山	16:25-17:10 Boost Upper&Lower 青川	16:40-17:10 SP 中上				
	17:20-18:10 ◎ヒラB+ 丸尾	17:30-18:00 ◎ヒラRefBody 中上	17:20-18:10 ◎ヒラLower+ 青川	17:40-18:10 ◎ヒラRefBody 中上	17:40-18:10 ◎ヒラBackStyle 齊藤			17:20-18:10 ◎ヒラLower+ 青川	17:20-17:50 ◎ヒラRefBody 中山	17:20-17:50 ◎ヒラRefCore 丸尾	17:40-18:10 ◎ヒラRefBody 丸尾	17:40-18:10 ◎ヒラRefCore 丸尾	17:40-18:10 ◎ヒラRefBody 丸尾		17:00-17:50 ◎ヒラH&L+ 中山		17:20-18:10 ◎ヒラH&L+ 青川	17:40-18:10 SP 後藤	17:20-18:10 ◎ヒラH&L+ 青川		17:25-18:10 Boost Upper&Lower 後藤	17:40-18:10 ◎ヒラPerBackBody 平間	●17:40-18:30 ◎ヒラH&L+ 後藤			
	18:40-19:10 ◎ヒラRefBody 丸尾	●18:30-19:20 ◎ヒラH&L+ 中上	18:40-19:30 ◎ヒラH&L+ 後藤	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 中山	18:40-19:10 ◎ヒラRefBody 中上		18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 青川	18:40-19:10 ◎ヒラRefBody 中上	18:20-19:10 ◎ヒラB&A+ 丸尾	18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 中上	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 後藤	18:40-19:10 ◎ヒラRefBody 中山	18:40-19:10 ◎ヒラRefBody 中山		18:20-19:10 ◎ヒラB&A+ 後藤	18:40-19:30 ◎ヒラH&L+ 青川	18:40-19:10 SP 中上	18:40-19:30 ◎ヒラB&A+ 中山	18:40-19:10 SP 後藤		18:40-19:10 SP 平間	18:40-19:10 SP 青川	19:00-19:50 ◎ヒラB+ 中上			
	19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 後藤	19:45-20:30 Boost Upper&Lower 中山	20:00-20:30 ◎ヒラRefBody 中上	20:00-20:30 ◎ヒラRefBody 丸尾	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 青川		20:00-20:30 ◎ヒラRefBody 後藤	19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 中山	19:40-20:30 ◎ヒラWaist+ 丸尾	19:40-20:30 ◎ヒラH&L+ 中上	20:00-20:30 ◎ヒラCore 齊藤	19:40-20:30 ◎ヒラB&A+ 中山	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 中山		19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 後藤	20:00-20:30 SP 平間	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 中山	20:00-20:30 ◎ヒラRefBody 中山	19:40-20:30 ◎ヒラB&A+ 後藤		●19:40-20:30 ◎ヒラH&L+ 青川	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 中山				
						臨時休業																				
						臨時休業																				
						臨時休業																				
						臨時休業																				
						臨時休業																				

